

Vem är jag – vem är du?

INSTRUKTIONER TILL HANDLEDAREN

Syfte: Att påbörja processen med att lära känna varandra i gruppen.

Tid: cirka 2 timmar

Det här behöver ni:

- Whiteboard/Blädderblocksblad
- Tuschpennor
- Tejp

Delar

🕒 5 minuter

Start – hälsa välkomna

Vad ska vi göra?

Öppenhet och tillit brukar sägas ligga till grund för en djupare relation. Å ena sidan är tillit i en grupp en förutsättning för att gruppmedlemmarna ska våga öppna sig. Å andra sidan det just öppenheten mellan gruppmedlemmarna som skapar den tillit som behövs för att våga säga vad man tycker. Begreppen öppenhet och tillit är därför ömsesidigt beroende av varandra. Skillnaden mellan dem är att var och en av oss äger vår öppenhet själva, medan tillit är en konsekvens av vårt agerande i mötet med andra. Ökad öppenhet leder i sin tur till ökad tillit, som i sin tur leder till ökad öppenhet. Detta innebär att var och en av oss äger förmågan att åstadkomma en positiv öppenhets-

spiral och därigenom snabba på processen med att skapa en djupare relation med andra i gruppen. Det gäller bara att vara lite mer öppen än vad vi tror att tilliten egentligen tillåter. Så vem är jag – och vem är du i gruppen?

Hur ska vi göra? Varför?

Ramar för arbetet.

🕒 80 minuter

Vem är jag? Vem är du? – gruppen

Rita konturerna av en människa på en whiteboardtavla. Be därefter var och en av gruppmedlemmarna att gå fram till tavlan och skriva upp frågor på sådant som de skulle vilja veta om varandra.

Be därefter var och en att berätta om sig själv med utgångspunkt i de frågor som står på tavlan. Var tydlig med att det är okej att säga nej om man inte vill svara på en fråga. Låt gruppmedlemmarna ta tid på sig. Stressa inte.

🕒 30 minuter

Har vi lärt känna varandra nu? – gruppen

Samla gruppen i en ring. Be dem diskutera frågorna under punkt 2. Frågorna har du förberett på ett blädderblocksblad.

Var lyhörd för hur de vill gå vidare med att lära känna varandra bättre.

VEM ÄR JAG - VEM ÄR DU?

1. Vem är jag – vem är du?

Gör så här!

A. Rita en figur av en människa på en whiteboardtavla. Därefter går varje gruppmedlem fram till tavlan och skriver upp frågor på sådant som de skulle vilja veta om de andra i gruppen. Det kan vara intressen, uppväxt, utbildning, familjesituation, positiva egenskaper, tidigare arbeten, negativa egenskaper, livsavgörande beslut, stora utmaningar, ålder etcetera.

B. Därefter berättar var och en i arbetsgruppen om sig själv med utgångspunkt från de frågor som står på tavlan. Var och en väljer själv vilka frågor man är villig att svara på.

2. Har vi lärt känna varandra nu?

Samla gruppen i en ring. Reflektera över följande frågeställningar:

- Hur lär vi känna varandra?
- Vilken typ av frågor skrev vi upp?
- Vilken typ av information lämnade vi ut om oss själva?
- Är det någons presentation vi kommer ihåg mer än andras? Och i så fall varför?
- Någon slutsats vi kan dra tillsammans kring vår lära känna-process?
- Hur skulle vi kunna gå vidare med att lära känna varandra?

